白矮星：交易员的心理与交易体系

赛博格 著



中信出版社·CHINA CITIC PRESS

版权信息

书名:白矮星：交易员的心理与交易体系

作者:赛博格

ISBN:9787916002918

中信出版集团制作发行

序言

任何人只要带着自己的身份证和银行卡，就能在短短几个小时内迅速参与世界上最有魅力最赚钱最刺激的游戏。

参与这场游戏的门槛极低，或凭豪量资金，或有一腔热血，无论男女老少都可在场内肆意厮杀。

但最终每一次群体博弈的结果都是只有寥寥数人笑到最后。

我敢打赌如果不是高淘汰率，交易行业可能是世界上最完美的行业。它回报率高得惊人，成功的交易者所付出的精力和他所得到的回报不成正比；它穿越世界经济周期，无论经济复苏还是经济衰退，成功的交易者总能从市场上持续地赚到大把的钱；它规范人性，教你自律自爱，成功的交易者的生活也规律得很，他们大多眼界宽广且耐心；它成本极低操作简单，不需要多少人力物力，只要你在电脑前动动手指就能轻松赚得别人一辈子所赚不到的钱。

但是终究，市场交易是一个角斗场，虽然我们可以美其名曰投资或者融资市场，但它的本质和角斗场的生死博弈无二。它完美但也残酷，甚至毫无人性可言。大部分人的角色只是炮灰，唯有掌握了正确的方法和理念，并持之以恒地规范自己才能一直在角斗场里存活。

本书是由本人在知乎上的一些回答整理而来，后期再额外增加了一些操作理念，书中内容多偏向于交易时的心理和控制，以及怎样把自己对行情的理解构建成一个完整的交易体系。有些内容过于抽象和干练，因此本书比较适合有长时间交易经验的人，对于新人可能不太合适。

作者不敢妄称对市场有多深奥的理解，仅仅是在交易行业里有些领悟和大家分享。每一位同行即是敌人，彼此在市场里厮杀，但同时又是战友，故此作者深感交易行业的不易。如果本书能对读者有任何启发或者帮助那都是我莫大的荣幸，正如大部分优秀的交易者也都是从前人的书中学习获得灵感一样。

第一章 交易的本质

> 真相通常躲在一层薄薄的纸背后，而它往往是被一颗坚忍又好奇的心捅破的。

一、领悟真相

顿悟交易的真相，或许只需要一刹那，然而大部分人从一开始就走上了歪路，在门外苦苦徘徊不得要领。

先把交易放在一边，我想先说说我是怎样学会游泳和骑自行车的。

通常我们都知道，人生来就是会游泳的。但我看到更多的“旱鸭子”在下水后的挣扎和恐惧，大部分人在没下水前就想好了100种自己被淹死的场景。可事实上，如果你猛吸一口气，平静地躺在水里的话，几秒钟后你就会像鸭子一样浮在水面上。

和大多数人一样，在经历教练、朋友们的各种教导和训练后，我深刻体会到：除了喝了太多鲜猛百味的泳池水所带来的反胃之外，我并没有真正学会游泳。

我是怎样在一瞬间学会游泳的？

没有培训班，没有教练，没有正确的姿势，那只是一次好奇且大胆的尝试。就是在那一瞬间，我屏气待在水里一动不动，惊奇地发现身体根本沉不下去，随之内心的恐惧一扫而光。

我想指出的是，如果一个人的脑海里时时刻刻充满对溺水的恐惧，那么无论他怎样努力和学习，都是徒劳的。

在没学会骑自行车前，我一直觉得那些会骑车的人是不是有什么超能力，居然能骑在那么细的两条轮胎上前行不倒。或许他们并没有过人之处，但那种级别的难度也应该和马戏团里走钢丝相当。

摔倒了三十多次之后，我实在是受够了一次又一次相同的结果。

为什么我就不能像别人一样平稳骑行？为什么刚坐上自行车的鞍座，我就已经随时准备好了要摔下来？为什么我总是一再恐慌进而放弃保持平衡？

这一次，我发誓哪怕马上就要摔下来，我也要控制平衡保持到最后一刻。

抱着这样的信念重新骑上车后，我突然发现如果我时刻都在努力保持平衡的话，自行车也没有那么容易倒下。

之前的摔倒难道不正是因为我的心在带着身体摔倒吗？

如果我不想让它倒下，它就不会倒下。而一旦我失去信心被摔倒的恐惧所左右，我就永远掌控不了平衡。

二、作茧自缚

事实上，大部分人的悲惨结局都是自己造成的。

如果你试着随便开一单后当天不再理睬，它最大亏损额度是不会超过今天的最大波动的。但实际情况是，我们总有五花八门的方法，迅速地把自己的本金赔个精光。

水并没有恶意要淹死人，是我们自己的恐惧导致身体下沉；自行车也没有恶意要摔倒我们，是我们自己保持平衡的信心倒下了。

同样，市场也并没有恶意想要消灭谁，你买我卖，你情我愿，导致我们输光的一直以来就是我们自己。

你看看，市场从来都是闷声不响地按时行事。它每天按时开始，默默走出每一根K线图；再按时结束；它不会在周末晚上计划怎么赚上一笔或者到处打探些什么消息；它也不会说明天我就将关闭，你们再也别想从我这里赚到一分钱，市场本身就如同自然万物一样客观存在。

然而组成市场的人们的讨论声却总是不绝于耳：种种见解和看法充斥媒体，五花八门的分析和流派争论不休，内心强烈的欲望和兴奋毫无掩饰，大家聚在一起面红耳赤地争辩每日行情，恨不能赚尽最后一分钱。

我们自导自演了自己的悲剧，最后却责怪市场。我们太喜欢在行情面前扮演未卜先知的角色，进而指手画脚，赚钱时情绪高亢悔恨当初没多买，亏损时又心灰意冷想马上离开这伤心之地。活像一个小男孩儿刚刚经历初恋之时的状态，一会儿活蹦乱跳，喜悦之情溢于言表，一会儿又不知所措，暗自伤神。

假如我们不是最优秀的，或者仅仅是追随市场的话，获取市场的平均收益并不是难上天的事情。但相当多的一部分人认为，我来到市场，总应该有些抱负，他们怀揣一夜暴富的梦想，他们在行情大幅波动时乘机抄底以期大赚一笔，他们时时跟风左冲右突。他们这样“勤

奋”，然而最后那些什么事情都没有做的人或者什么想法都没有的人却比他们赚得多得多。

市场并不在乎你有任何目的或者想法，也不在乎你讲了什么或者做了什么。《通向财务自由之路》的作者范K.撒普也说过：“我一直持有这样的观点，即你无法对市场进行交易，你只能就你对市场的观点进行交易。”

先把你的欲望、抱负、面子统统都放在一边，静下心来好好地看看行情。我相信大多数人从来都没有像照镜子一般客观完整地看待过行情，他们总是在照哈哈镜。此刻我建议那些思绪万千的人，哪怕就一次，心态平和地看待行情，市场的本质一定会显现在你的面前。

在交易了好几年后，我才明白，很少能有人，会比一个交易者，更需要注意控制住本身。

三、乌合之众

我相信尝试着让一个人说些自己的故事，或者让他讲些什么看法是非常容易的。

通常在你与一个陌生人相处时，恰好对方又是一位不擅交谈的人，我们总是希望能找到搭讪的话题来打破僵局。

人类是群居性的物种，有交流沟通的需求。所以，在面对无趣又寂静的环境或者与生人相处时，人的本能会让我们想方设法去与其他人沟通团结来增加力量。从物质方面来讲，一群人和一个人之间的力量相差悬殊，但如果从心理方面来看，可能未必如此。

古斯塔夫-勒庞在《乌合之众——大众心理研究》一书里指出："人类心理群体表现出最惊人的特点如下：构成这个群体的个体不管是谁，他们的生活方式、职业、性格或智力，不管相同还是不同，只要他们已经是变成了群体这个事实，便使他们获得了一种集体心理，这使他们的感情、思想和行为变得与他们单独一个人时的感情、思想和行动颇为不同。若不是形成了一个群体，有些念头或感情在个人身上根本不会产生，或不可能变成行动。心理群体是一个由异质成分组成的暂时现象，当他们结合在一起时，就像因为结合成一种新的存在而构成一个生命的细胞一样，会表现出一些特点，它们与单个细胞所具有的特点大不相同。"

我发现让大脑持续思考一些简单的事情或者完全排空思绪，远远要比坚持做一些复杂又困难的事情难得多。一刻不停地想点东西，或者思考些什么，是我们大脑与生俱来的本能。因此脑子里什么都不想、一片空白，就变得难能可贵，更不要谈还要长时间待在欲望纷飞的金融行业里，时刻抵抗环境的干扰。

投资大师巴菲特一生喜欢生活在美国小城奥马哈，因为离喧嚣的华尔街太近只会让自己的肾上腺素增多。另一位成长股投资大师费雪也拥有自己独立工作室，他一旦走进工作室忙碌，甚至连家人都不让进入打扰。只要是有点头脑的人都能明白，哪怕是意志力再坚强的人，也难以和整个大环境相抗衡。顺从群体行为从而变得人云亦云，会使得自己完全丧失独立思考能力，那时纵然自己有再多聪明才智也无法施展。

社会群体使得人类组织物质的力量更加强大，但与之而来的代价是情绪联动及少数服从多数，羊群效应时时刻刻会发生，最有智慧和才华的少数却要被迫听从愚蠢多数的指挥。脱离了群体才能让你的脑子更容易保持独立思考，从而充分发挥自己本应该有的才智，也能更清醒地保持冷静。

如果你一个人不能看清楚行情是什么，你最好不要指望100个人聚在一起就能看得更清楚。一切问题的根源都在自身，盲目寻找群体交流只会让你感染各色各样的情绪和偏见。

市场就是这样一个地方，你只能依靠自己的头脑去做交易，你得学会自己拿主意，自己执行计划，然后自己独享成果。

四、从零到一

我一位非常好的朋友一直告诉我，做交易先要从负数到零，再从零突破到正数。这其中最难也最重要的，就是对于零的突破。

明白交易本质的关键就在于零的突破。

目前在我看来，每天的行情是这样的，最终市场会给你吃颗糖，但是在吃这颗糖之前，你会被市场来来回回扇耳光，扇多少下你是不知道的，什么时候扇你也是不知道的，但这颗糖是甜美无比的，最终你会发现耳光是值得的。

好多次就只差最后一个耳光的时候，我捂着肿胀的脸离开了。或者只是舔了一下糖，就胆小的不敢再试了，通常事后才发觉，今天给的糖额外大、格外甜，而我只舔了一口。

经历过多次这样毫无成果的来来回回后，我一直一无所获。每次亏损后我总是认为自己太傻了，应该没有人会比我更傻了，我总是觉得在一次次惊慌的失败后，我应该要做些什么去弥补，或者立刻停止手里愚蠢的工作。

最终我的好奇心和固执又站了出来，我下定决心哪怕亏损的次数再多，亏损的数额再大，我也要100%完完全全地执行我的交易系统，

老老实实做足一个星期。

慢慢地，我发现我的交易方式居然是有非常规律的回报的。每次经历过看上去亏损的额度较大、感觉很可怕的大亏损之后，市场都会有相应更可观的利润回报给你。

是的，因为每次都怕东怕西，所以每次我的情绪都要出来干涉我。比如脑海里经常有这种声音：这次你已经失败了，为什么不调整下策略呢？已经连续失败两次了，你为什么还要坚持呢？连续三次错了，你还要犯傻？这种干涉促使我改变违背初衷，毫无计划地进场买卖，进而导致我从来没有获得过自己创建的交易系统所应有的回报。

所以如果你时时刻刻都在害怕被打耳光，做再多的分析或者有再好的策略都是无用的。你应该把亏损想象成你做生意的成本，并且你也应当知道，任何交易策略在成立的一开始就已经确定了所能获得的回报，你所要做的就是按着策略坚持做下去，对自己充满信心的同时不要想太多。

坚持做下去，也许途中很曲折，过程很煎熬，但请不要放弃，坚持到最后你终究是能得到应有的回报，太多的人受尽了折磨和痛苦却没有获得相应的回报，是时候鼓起勇气去看一看到达彼岸的美景。

关掉大脑里那张叽叽喳喳的嘴，绝对执行自己的策略，你会发现达到稳定盈利并不是那么遥不可及的事情。

第二章 理智与情感

它们像是一对孪生兄弟，情感构建了理智，理智又反过来制约情感，它们离不开对方，却又总是相互对抗。任何一边的平衡被打破，灾难就应运而生。

一、艰难的攀登

如果你有幸能看到成功交易员的账单，特别是那些业绩非常稳定的交易账单，你会感受到单子上每一个开平仓动作都饱含着深厚的功力。

交易是一件非常简单的事情，但并不容易。

杰西·利佛莫尔在《股票大作手操盘术》一书中写道，市场的价格总是沿着阻力最小路径前行，如同河水总是自然下流一样。但要是你想成为一个成功的交易者，那可不能沿着自己的最小路径走，因为市场的行情图所展现的正是人们沿着自己内心最小阻力路径所走出来的样子。一个成功的交易者必须时时刻刻沿着自己内心阻力最大的方向走，才能在市场里持续获得利润。

而沿着自己内心最大阻力的方向走，就是要逆人性。想要保持逆人性的生活行事非常难。

《七宗罪》里曾提到人类罪恶的七个行为：傲慢、妒忌、暴怒、懒惰、贪婪、饕餮及色欲。如果再把市场里人们的行为也算进去的话，可以再加上恐慌和担忧。

毫无疑问，这些经过千万年演化而来的情绪是帮助人类在这个世界上生存下去的关键因素。阻碍这些情绪的触发就是在与人类千万年演化的结果相对抗。除非你亲手从人类基因组里找出相应触发这些情绪的代码并删除，否则它们将永远生效，就如同行情图上的牛熊转换一样持续轮回。

例如担忧这种情绪，你不可能不担忧自己已经做过的事情，除非你是真的一点都不在乎。只要你有所投入，你必然不由自主地操心起你的所作所为，我刚才那句话是否有讲错？我今天买入这只股票是否真的对劲？这种情绪一担失控就会造成种种可怕的后果，或是害怕提心吊胆的日子不敢买入看好的股票，或是因股票涨得太多进而担忧价格太高，在这种失控情绪的强烈影响下，所有事前的计划都被抛在脑后。人类的大脑天生就爱总结反思自己的行为，因为这正是让人类社会持续进步的原因，然而随着行情价格的变动，这种情绪就会朝着非常恶劣的方向发展。没有人能拥有真正的铁石心肠，是人就终究有情感上的弱点。

我们再看看走在马路上的体形肥胖的人，在物质发达的现代社会，最基本的饮食已经不成问题，家家户户都能吃得起一顿丰盛的晚餐，然而肥胖却成了一个大问题。进食这种本能一旦失去控制就变成了饕餮，肥胖症患者进食时只是纯粹享受品味美食所带来的快感，而不是获取营养。他们很难或者说是根本无法控制住自己的那张嘴，因为大脑已经习惯了美食所带来的愉悦享受，他们曾经或者想过要去对抗美食所带来的诱惑，但是大部分人都失败了。电视上网络上马路上随处可见减肥产品的广告，然而如果一个人不能依靠自己的意志力控制住自己的嘴，购买再多的减肥产品都是徒劳的。这也是为什么减肥

一直是个大问题。大部分肥胖患者都无法维持自己的身材，有的索性自暴自弃，任凭体重无限制发展下去，哪怕血压愈来愈高，哪怕糖尿病、痛风找上门来，甚至当死神已经站在他们的面前，只要还有一口气存在，他们也要坚持再享受一次美食带来的愉悦。可想而知，即使以失去生命的代价来警告那些饕餮盛宴者，大部分人仍然执迷不悟，足见想要对抗自身的欲望是有多难！我们不可能战胜自己的情绪，因为它就和空气一样无时无刻不存在，你也离不开它，我们所能做的就是每一次都拼尽全力用自己的意志力顽强的抵抗。如果你赢了，可以获得短暂的胜利，但如果你输了可能就此沉沦。

包括在生活中常见的嫉妒，它真的是不折不扣的恶魔，我打心底对这种情绪充满了恐惧。凡是哪一次我的内心产生了嫉妒并受它控制，我都会做出一辈子都无法原谅自己的蠢事。在交易行业这个温床里，想要培养嫉妒这种情绪真的是太容易了。因为只要是人就会炫耀就会爱慕虚荣，总是爱把自己盈利或亏损账单公开，这是大部分人喜欢做的事情，剩下的人看着他们炫耀出来的账单上红通通的数字心里也开始蠢蠢欲动。你是怎么做到的？能不能教教我？为什么我就不能赢那么多？要是我也能一下子赢到这么多钱多好，抵得上我好几年的工资。这些内心充满羡慕和嫉妒的人根本不管自己有没有能力做到，也不管自己适合不适合，就疯狂地也想尝尝这样的甜头。可以说，从来没有人能够在被嫉妒冲昏了头脑后还能全身而退，至于喜欢炫耀的那帮家伙，他们快则在第二个交易日就全部输回去，慢则一两个星期就全部赔回去。嫉妒从某种程度上来说，是人类工作或者努力的动力，但是显然在交易行业里，这种情绪只会让你盲目送死，被嫉妒冲昏头脑的人智商降低到零，而交易行业恰恰是需要时刻保持冷静和理智的。不管是嫉妒别人的利润还是嫉妒行情的波动，后果都是可怕的。

我想更多的情绪无论是在生活中还是交易中都处处可见，只要你仔细观察一定会发现这样或者那样的失控情绪。而正是这些情绪推动

着市场的行情走势，一旦某种情绪平衡被打破，进而它会自我增强和巩固，趋势也就这么浩浩荡荡地展开了。

一个成熟稳重的交易者，应当时时刻刻保持头脑清醒。我知道想要做到冷酷无情是不可能的事情，但是任何人如果一旦发现自己正在被某种情绪所控制，他就应当竭尽全力摆脱这种控制，让理智和冷静重新回归主宰大脑，并且越快越好。

越是脆弱的人越是容易被情绪引诱，它们的大脑只能被动追寻自己的欲望，而无法与之对抗。那些知道自己正在被情绪所控制的人已经是很明智的了，然而想要战胜当前被情绪控制着的大脑还是难上加难。唯有极少部分人，可以做到从一而终，避免让任何情绪失去平衡，并且能在平衡崩溃时迅速采取措施，把大脑的指挥权夺回来。

所以最终我们会看到，那些稳定盈利的曲线图，就好像登山一样艰难，你无法避免跌入谷底，你必须坚持自己的信念，时时刻刻驱赶侵扰你头脑的恶魔，然后走出谷底登上高峰，再如此反复。

二、狂欢盛宴

在趋势交易里，我们都知道，第一笔开仓的位置最好是建立在趋势行情刚刚发动的初期，如此你就能稳稳地乘上火箭，看着手里的利润一天天增长。

情绪也一样如此，而且它也解释了为什么趋势会这样展开。情绪的波动来自物质世界的变动，一旦情绪出现了失控，而某人并没有及时制止，那么这种情绪就会越发强烈，同时大脑充分运用自身的想象力将事情的严重性扩大至好几百倍。

当一个人的情绪处于极端失控状态，且已经被大脑加强的时候，任何人都很难在短时间内使他恢复理智。一个人失控的时间越长，这种情绪就越发激烈且难以驱散。甚至当事实已经改变，且呈现在他面前的时候，他仍然想要沉浸在之前的情绪中不能自拔。

如果你试着将两个怒气满满的壮汉从彼此间的对抗中分离开来，要么你也被连同一起揍一顿，要么两人完全忽略你而只专注对方。我从来没有见过哪个正在气头上的人能够一劝就停止的，即使围观人硬是把两人完全分离，他们也会继续挥舞着拳脚，幻想自己的有力出击将对方打得老老实实。但如果你从一开始，在两人刚刚有些矛盾的时候就分开，那么情形就大大不同了，可能其中一方为了避免不必要的身体对抗而早早妥协。如果你放任他们的怒气越发强烈，那么之后再要制止所付出的代价也会越大。

再试着想象一下，当你对一个人充满好感再到爱意浓浓的过程是怎样的。有一种恋爱叫单相思，被爱的一方并没有任何的付出，然而另一方却越发喜爱对方。在初期你可能只是对某人有好感，然而随着时间的流逝，如果你不对这股情绪加以控制，你的大脑就会开始添油加醋，从喜欢到爱上到痴迷到疯狂，最后对方还没开过口，你已经和他过完了一辈子。如果你想要避免自己在恋爱中处于完全无条件付出的地位，你最好从一开始就把好感保持在适当的发展速度里，等到它发展成如洪水泛滥一般不可收拾的时候，多半等待你的只有痛苦和失望。

一旦内心的平衡被打破，情绪就会迅速自我巩固，一天天强大起来，就好像行情图上的趋势一样，一旦趋势形成了，就会持续地自我巩固，一旦强大到一定程度就没有人能够阻挡它的步伐。

如果你打算控制自己的情绪，请你在一开始，在感到自己有些情绪失控的一开始，我指的是这一秒或者这一毫秒，就马上把这情绪压抑下去，或者通过转移思考事物来避免，不要等到情绪发展到无法挽

回的时候再去行动，那时候你已经根本无法冷静地思考了。和大脑争夺控制权就和救火一样必须争分夺秒。

就好像狂欢的盛宴过后，你总是还能找到几个仍然不肯结束的人。

三、坚持自己的信念，保持适当的距离

依我所见，整天担忧行情高开是故意诱多还是真的突破实在是庸人自扰。我在网上或者平时和其他股民交谈，稍微有些资历的老玩家都会对行情发表一番见解，例如今天高开很可能是诱空，大家要小心，或者不要被现在的下跌甩出去了，行情马上要启动。可能事后他说对了，但你要是认真问他，你能保证行情真的会如你所讲的那样吗？你判断的依据真的足够牢靠吗？他又开始支支吾吾。

究其现象而不探究本质则永远不得要领。行情真的是很简单的两种模式，震荡和趋势。更复杂点的无非就是类似震荡的趋势，或者大幅创新高新低的震荡。其他就没有了，这就是行情运动的全部。上证从2015年6月15日5178.19点开始下跌，这之后就全部都是熊市，哪怕是再后知后觉的人，在第二轮暴跌开始前也应该可以意识到下降趋势已经形成了。

在熊市里，无论今天是高开诱空还是低开走高，最终，它都要回归下跌趋势。无论你是今天猜对了诱多或者事后察觉了是陷阱，行情还是仍然按着下跌趋势进行。不仅仅是股市，在国外股市，或者期货市场，或者外汇市场，都是这样的情况。

你自己想想吧，一个是整天担惊受怕行情各种有可能的变化，天天揣测短期各种可能的陷阱。另一个则淡定地持仓不动，只要是站在了大方向正确的一边。哪一个更有心理优势？哪一个更轻松？哪一个

胜率更高？意识到自己并不能把每一天行情开展的原因解释清楚是脱离业余玩家的第一步。

像热锅上的蚂蚁一样焦急地团团转和整天拿着放大镜敏感得像侦探一样分析行情是大多数散户真实的写照。要小聪明和抖机灵并不能让你战胜市场，这样的人多的是，持续站在正确的一边靠的是大智慧和意志力。不能坚持自己信念的人，最终会迷失在行情里，而一旦忘记了自己的周期和信念，就不得始终。

同时你必须时刻注意和市场保持恰当的距离，这个恰当的距离的分寸很难掌握，既不能太近也不能太远。凑得太近确实能实时掌握市场的每一个动向，但同时你的内心也会受到行情波动的影响，很少有人能够每天24小时盯着行情看还能够完全不受行情波动影响的。而离得太远又会导致对市场的动向掌握得不够，以至于错失良机。

保持一个适当的距离定时去观察市场，依据自己的操作周期去确定这个时间的长短。市场在酝酿行情的时候非常需要大量时间去展开，而此时正是我们应该耐心等待的时候，只在我们需要看行情的时候，才去看它。

不要试图抢在市场前面发言，市场不待见你，它正忙着。没有必要把你的账户当宝贝一样天天来来回回地折腾一番。在恰当的时机进行操作抵得上你一整年的来回辛苦。

我们所要做的事情很简单，保持适当的距离定时观察行情，在反复确定无误后进场持有或者离场继续观察。

四、独立思考的重要性

我相信国内的股民都听到过这种提问方式；××老师您好！你帮我看看我这6××××能进吗？或者××大师您好，我某某股票××块进的，现在要不要出来？再极端点的，老师我被套得不行，你看我明天要不要走，5个点了。

甚至连媒体财经频道都喜欢经常请一些实力背景强大的“砖家”来解析一下大盘走势。

对于一个刚进入交易市场的新人来说，技术方面的实力不足还不算是最要命的，最可怕的是毫无分辨事实的能力，任凭别人的思想和观点随意在自己的脑袋里跑马。

我想没有哪个人会心甘情愿把自己身体的健康去交给别人打理，但是许多人却会仅仅因为某某分析师的一句话或者某某媒体的一则报道，就迅速把自己辛苦赚来的钱投入市场。然而荒唐的是，他们并没有因为一次次的亏损而觉悟，反而变本加厉试图寻找更准确的消息或者水平更高的分析师。我从未有在交易行业之外任何一个地方见过数量如此庞大、盲目程度如此之高的人群。哪怕一次次让自己手里的财富缩水，他们也不愿老老实实自己从头学起，依靠自己的头脑入市买卖，总是觉得别人的观点比自己有力多了。

至少我从来没有想过要把自己手里的钱去交给别人打理，我不认为有哪个人的心肠好到愿意成天帮助别人赚钱，而自己甘愿只是嘴上说说。如果你不能从最基础的学起，你不仅不会有任何进步，同样你也无法判断谁说的话是真正有用的。

我只会依据于我自己的分析和判断入场交易，如果我对了，那么赚取丰厚的利润是我自己的劳动成果，如果我错了，那么我也能清楚地知道自己的问题究竟出在哪里，反复更正错误进步后，实力也一天天增长。但如果我听从他人的分析而不自己独立思考，那么即使赚到

再多的钱我也不会有任何长进，更何况大部分人最后还要把那些赚到的钱再还回去。

不要去羡慕别人，也不用去复制别人，那只会让你成为一个赝品，做自己才是最好的。无论别人通过何种方式或何种手段赚到了多少钱那都是由先天的条件决定的，甚至还有大量运气成分在里面。我们不是仅仅在市场里做一锤子买卖，我们总是会有下一次再踏入市场的时候，从这个角度来看，市场里没有运气，只讲究实力，不能独立思考进步的人永远不能把手里的钱守住。

也不要总是抱怨和气愤别人，导致你亏损的原因归根结底只有一个，就是你的实力不足。抱怨行情的不公或者他人的影响不会使你成长一分一毫，有时间对着屏幕吼骂不如当下就踏实地开始学习和反思，假以时日账单上的丰厚利润会让你觉得一切都是值得的。

五、天赋还是努力？运气还是方法？

英国著名的自由主义政治哲学家约翰·格雷（John Gray）说过：“从优胜劣汰的角度看，真理比谬误其实没有多少优势。”有时候能在激烈竞争的环境下存活下来的人未必是最聪明或者看得最准确或者最强壮的，但他们一定是最懂得如何生存和保存实力的。

在社会上工作多年后我见识了各种各样的成功人士，他们的经历总结迫使我不得不开始重新思考，天赋大于努力，运气大于努力，方法大于努力，选择大于努力，时机大于努力。

我问过很多人，他们都告诉我，努力很重要，想要成功就要靠努力。事实上，我一开始也是深信不疑。至于他们自己到底是否是真的因为努力而成功的，可能他们自己也不太清楚。

例如这位先生通过买卖现货大宗商品赚取了几百万，那他一定是很勤奋，又很聪明，且人脉宽广。另一位朋友拥有一项成熟稀缺的技术，那他一定是对于某方面的事物有长时间的钻研又有相当的领悟能力，还有些人既不是那么聪明，也没有多勤奋，只是在尝试某一新鲜事物时，恰好同时有很多人也需要。

我认真收集这些成功人士身上努力的证据，结果我并未在他们身上都找到这个痕迹，相反，我看到他们身上更多的是享受、幸福、沉浸、激情和兴趣等等这些特质。

许多人都知道如果在一条错误的道路上行走，越努力越失败。在资本市场上，成功的投资者都给后人留下了一个刻苦努力的背影，然而努力或许在他们的成功过程中仅占一小部分，它并不是关键条件。

我尝试把交易中重要的因素总结成一条公式：成功=25%方法+25%时机+25%天赋+15%运气+10%努力。

1.25%的方法就是交易系统，我发觉这很关键，因为交易行业和其他行业不同，无论你错过多少次，获利的机会总是还会再出现，这可能是资本市场的最大魅力所在，也是对从事交易行业人士的最大恩惠。

没有掌握正确方法的人总是和机会失之交臂，或者捡了芝麻丢了西瓜，而拥有正确方法的人，只要坚持执行总是能够把握住机会。正是因为交易市场里的机会时时刻刻存在，因而捕捉机会的方法非常重要，这套方法必须恰当符合自己的性格又不会使你错过机会。

任何人想要在市场中捕捉住大行情，都必须亲手构建一套属于自己的交易系统。

2.25%的时机不仅仅指在正确的时间入场和出场，我想它应该有更广泛的意思。

假如你喝酒的话应该不会再去开车，但通常我们都会在大脑处于被情绪掌控的时候进行交易。如果你不能拥有一个强壮的身体和清醒的头脑，你一样无法持续做好交易。

只在你脑子最清醒的时候才做判断和入场，我不认为一个饱受负债压力或者人际关系压力的人，还能做出明智的判断。不懂得放松和休息的人就和24小时都高负荷工作的人一样低效率。

只在最恰当的时机做最恰当的事情，无论是生活中还是交易市场里。

3.25%的天赋，这同样也很重要。我在从事交易行业前，对天赋的重要性缺乏足够的认识。

我从小到大一直都试着平等地看待每一个人。但经过这么多年后，我越来越发现天赋在一个人的交易生涯中的重要性。从本质上来讲，导致我们行为不同的原因在于大脑的构造不同，这不是想找借口，很多时候，别人是那么毫不费力、轻而易举地超越了你。

我不得不诟病一下那些认为你没做好这件事情就认为你不够努力的人。如果一个人在某一行业有较高的天赋和领悟能力，他的成功概率是普通人的数倍，随着从事时间的推移，天赋高和天赋低的人之间的成绩会天差地别。

交易是一项极度考验自我控制的游戏。其中任何一个环节出了错，整个交易都会失败。如果你天生就不太懂得掌控自己情绪，即使再好的交易系统交到你手里也是白搭。

独立的思考判断、保持平和的心态、坚定自己的信念，这些情绪掌控及行情研判能力需要时刻贯穿整个交易环节。而在关于如何牢牢地掌控自己的情绪这方面的能力几乎无法培养，天赋的发挥浸润在交易的每一个环节里。

交易是一个极富魅力又隐性门槛极高的行业，总有些人就是为交易而生的，同样也有些人生来就只能是来做“贡献”的。

4.15%运气，对此我想说的是，尽量别让运气的好坏影响到你的心情。

很要命的一点是，尽管运气只会影响某一时某一事的发展态势，但如果你是内心承受能力非常脆弱的人，则可能产生连锁式灾难的反应，还可能导致毁灭性的风险。

管控住自己的情绪，别让这些你无法避免又不能控制的事情影响到了你的心情和判断。谋事在人，成事在天，明白在这世界上大部分的事情都是不由我们所掌控的是件非常明智的事情，犯不着成天担忧不可预见的事情，只管做好自己所能尽的一切最大努力即可。

可以庆幸的是，在交易行业里运气对于一个人的影响并不如实体行业大。如果某人确确实实有一套经过市场验证又成熟稳重的交易体系，并且天赋足够，那么在市场里持续地赚到大钱几乎是必然的事情。因为在充分博弈市场里，大部分人还没能来得及让运气发挥作用，他们就已经被市场淘汰了。

5.最后说说10%努力。这部分不外乎是坚持每天看新闻，坚持每天看书、盯盘，努力学习新鲜事物。

我想说的重点是，在当今年代，无论是实业还是金融业，努力只能让你不至于落后别人。在同样都拥有一天24小时的情况下，努力并

不能把人与人之间的差距拉开太大。甚至很多时候一个人一生的成败就仅仅是运气好坏罢了。

想要反驳的人应该想想，为什么像巴菲特这样的投资大师只在美国出现？如果他是出生在疾病泛滥、贫穷落后的非洲，还会有今天的成就吗？

当然，无论怎样，如果一个人找到了合适自己的路，他总是会努力去做的，因为那实在太享受了。

第三章 构建交易系统的一些疑问

在撸起袖子干活前，只要记得问自己几个简单的问题，就能少做很多无用功。

一、为什么要构建交易系统

我相信大部分人初入市场时，都是靠感觉随意下单的，在我自己第一次下单时紧张和害怕占据了我的整个脑海，浸满汗水的手在颤抖地下单，但我并不明白自己为什么要这么做。即使我通过感觉下单赢了钱，但我并不享受这样的过程，被自己的情绪所随意掌控是非常危险的。

当然我也相信有少量天赋异禀的能人天生有强大的数字节奏感，不需要任何学习仅凭天生的感觉就能在市场中赢到大量利润。但是即使这样的人，也很难保持持续稳定的盈利。来自外界与内心的敌人非常多，我们的脑袋不比电脑，复杂纷飞的情绪与欲望时刻掺杂在感觉中。而来自身体方面的影响，例如睡眠不足，精神压力过大，生病，吃坏食物，温度过高过低，年龄上升导致的体质下降、反应变慢、精神不能集中等等也无时无刻不在影响我们感觉上的发挥。

就好像李佛摩尔在他书中所说的，我认为，**控制不住自己的情绪是投机者真正的死敌**。恐惧和贪婪总是存在的，它们就藏在我们的心里。它们在市场外面等着跳进市场来表现，等着机会大赚一把；无论

是在什么时候，从根本上说由于贪婪和恐惧、无知和希望，人们总是按照相同的方法重复自己的行为——**这就是为什么那些数字构成的图形和趋势，总是一成不变地重复出现的原因。**

德州扑克，战略竞技游戏，体育竞技，很多类似于博弈方面的游戏你都能找到一套规律出来，并且这方面的规律屡试不爽，因为人性从来没有变过，故而我们能够通过一套成熟交易系统持续地稳定盈利。一方面交易系统能帮助我们规避情绪的干扰，依靠交易系统的指令能很好地防御内心的敌人和外界的敌人，另一方面即使你不在状态，身体状况非常糟糕，头脑不清醒，你也可以稳稳地依靠自己的交易系统持续盈利。

二、如何开展基础训练

我的建议是先别实践书上的内容，首要的是看行情，凭着自己的感觉和经验，多少总能总结出点规律的。尽量不要盯着个股行情看，个股成交量相对指数少，学到的东西不全面。要研究行情走势，一定要看大盘。个股的噪音太多了，几乎接近随机。可以注册一个期货的模拟交易账户，练习做日内T+0短线交易。做日内，积累经验和盘感比较快。特别是股指或者比较活跃的品种，先自己亲手操作，自己凭感觉做。做得有点思路了，好像似懂非懂，感觉有些东西老是重复出现。然后再去看书，学技术分析。然后把技术分析和自己的判断、理念整合在一起，再结合自己的性格脾气完善整个系统。如果技术分析已经看了不少，那就忘掉。看裸分时线，其他都不要看。成交量、技术指标、均线和K线都不要，也不要画线，就看裸分时线。

因为会有先入为主的思想存在，一旦深刻地接受了某个理念，就会很难再去接受其他的理念。而如果要想做好交易，必须要保持开放性的思维，在构建自己的交易系统时也需要创造力，在交易中也需要

独立判断能力，刻意地去附和技术分析的一些框框架架会极大地限制自己的思考能力。

交易的本质就在裸行情中，几千年前是，几百年前是，现在也是。任何智商，思维健全的人都可以自己从中再总结提炼一套规律出来。

三、看裸分时线，可以用回看历史分时来训练吗？

不能，因为回看历史行情有两个很大的问题，一个是过度拟合，一个是滑点。特别是做日内，波动大的时候滑掉3到4个点很正常，开仓时滑掉4个点，平仓再滑掉4个点，回测的利润就有8点是虚假的。再是过度拟合，当你在不清楚自己交易系统盈亏周期的时候，你不知道什么时候是应该亏的，什么行情是应该抓住的，你就会乱改。翻昨天行情看看都是趋势，你把系统改了，变得很贴合行情，然后你再对照前天的震荡行情，你发现会亏得一塌糊涂，你再修改得比较适中，结果上实盘行情风格又变成震荡接趋势再接震荡，你又亏得一塌糊涂。其实最主要的还是你要清楚，你想要抓住的行情是哪一段，这样你的系统就只抓这段行情，碰上其他的行情试几次不行就止损。如果你真的清楚你要赢哪段行情，那么回测是根本不需要的。

而且要想清楚哪些错误是因为系统不完整哪些错误是因为心态问题。亏损并不代表你的系统就有问题，有时候是心态问题，不应该混淆。系统方面的亏损，该亏的时候就要亏。心态出错造成的亏损，则应该极力避免和纠正，或者把系统做相应的调整。

手工操盘上手的第一大难题就是，我虽然有模有样地制定了一套交易系统，但是我却从来没有认认真真、完完全全地100%执行过，以

至于我根本就不清楚我的交易系统到底能不能赚钱。然后就变成了恶性循环，我因为从来没看到过我交易系统的完整周期，以至于我不能信任它，我不能信任它，以至于我不能完全100%执行。到最后系统也没构建好，心态也变差了。

有时候就要傻一点，无脑地把自己定制的交易系统做完，然后才能看清楚你交易系统的完整面貌，才能完善它，然后你才会更有信心，形成良性循环。

四、初期操作需要考虑仓位之类的东西吗？还是说只专注于行情判断即可？

不需要，一手一手做。目的不是要赢钱，是要锻炼果断的执行和完善系统。

其实构建交易系统本身不难的，你拼拼凑凑就出来了。但是要和自己的性格脾气糅合在一起那就复杂了，你可能每做一点小改动，情绪上就会有不适应。所以最好初期的时候不要同时看太多东西，不要一下子全都加进去。初期尽量保持简单，人的耐心和精神集中度是有限的，持续操作复杂的策略只会陷入混乱。保持清晰的思路和果断执行是盘中第一要务。

五、期货交易中仓位的大小该怎么计算呢？是按保证金还是市值？

按市值。波动导致的盈利和亏损是以一手头寸的市值来计算的。做资金管理要把总的头寸价值算进去，但也不能完全参考价值。手里所有头寸的价值，在自己总资金的4到5倍还是可以接受的，2到3倍就

偏低了，5倍以上就等于你保证金放了杠杆你还重仓，这就风险很大很大，一个小波动保证金就要被吞掉，基本没有回旋的余地，等于一次性搏命。

一般商品都已经是有4到5倍杠杆，但是你亏损盈利的资金多少是按头寸的价值去计算的。你一手保证金可能就4千块左右，但实际价值有几万元，4万元你波动10%就4000千块，两个板的事情你就爆仓了。但实际你保证金在只剩20%的时候期货公司就会打电话要你追加保证金了，所以你最多也就8%左右的波动承受能力。

当然，在行情合适的时候，加杠杆是个好东西，能让你盈利迅速扩大。进攻时加仓位用杠杆，防守时减仓位废杠杆。能迅速积累大量利润，本身也是一种防守，因为你输得起了。

什么时候加仓，什么时候减仓，这是一门艺术，是大局观。要想做得稳，做出良好的成绩来，资金管理必不可少。

六、为什么连续亏损还要继续执行交易系统

持续地坚持按照自己的交易系统进行交易，才能够有效地无限接近于理论概率。想要达到系统真正的概率优势，只有不断地执行这套系统。

在赌博当中有个理念叫**赌徒谬论**，即很多人认为，我连续地把一枚硬币抛出正面时，下一次抛出反面的概率会增大。向上抛出一枚硬币，出现正面反面的概率都是50%，这个概率不会随着你连续抛出正面或者反面的次数越多而改变，即使你连续地抛出了100次正面，你第101次抛时，抛出正面的概率仍然是50%。

显然，理论上的概率在实际操作中并不能完全及时实现。概率这个事情在实际操作中只可能无限接近于理论上的概率而不可能完美地正好达到这个概率。

想要接近于理论上的概率，就需要有大量的操作次数，执行的次数越多，整体的概率就会越偏向于理论上的概率。一枚硬币连续抛两次，可能都是正面，但这并不代表正面的概率就是100%，在连续抛了一万次以后，概率开始接近于50%，正面反面都稍稍地多了起来。执行的次数越多，概率的效果就越强，次数越少，概率的效果就越弱。

连续赢几次或者连续输几次并不代表你的系统胜率改变了，仅仅是你的运气在变罢了，你需要多执行更多次。

这也是为什么在短时间内是看不出一个人的交易水平的，预测分析行情也是不那么可靠的，理论上的概率和实际上会发生的概率是完全不同的。

因此交易系统必须长时间地有效执行，才能真正发挥它在概率上的优势，即所谓的正期望值。

第四章 构建交易系统

想待在99层楼高的地方欣赏风景，最好的办法不是乘氢气球上去，而是掘地百尺，用钢筋水泥建起摩天大楼。

一、交易策略

不同的资金大小适合不同的交易策略，不同的性格也适合不同的交易策略，策略是交易系统的核心，所有的开平仓技巧和手法都应当配合着交易策略来使用。

A.趋势策略，资金大小都可以，对于操作者的耐心要求较高，回撤较大。一般用在长线交易，日内用处不大。

B.震荡策略，资金大小都可以，对于形态把握要求较高，胜率不能太低，手法较激进。日内长线都可以，难度很大。适合性格较激进的人。

C.中性策略，有资金瓶颈，适合小资金操作，要求操作者多空随时转换，程序化用得较多。一般用在日内，长线效率太低。

D.对冲，期权对冲，期现对冲，跨品种对冲，跨市场对冲，有最低资金限制，只适合大资金操作，对于入场出场时机把握要求非常高，收益小，风险也小。任何周期都适合。适合性格较沉稳非常厌恶

风险的人。对冲想要获取高额收益，必须要学会适当地从对冲转变成单边。

E.套利，蝶式套利，跨月套利，跨品种套利，跨市场套利，有最低资金限制，只适合大资金操作，要求对市场联动及成本差价有研究。一般中线级别，适合喜欢寻找确定性机会的人，抗压能力要强。

F.黑天鹅策略，以期会发生意象不到的状况，属于赌小概率事件会发生，参照墨菲定律。适合大资金，风险较大，收益也大。一般多为日线级别短线或中线。适合好奇心较重，对赌性很强的人。

G.大数据处理，通过数据构建模型或者找出规律，属程序化交易领域。资金不能太大也不能太小，必须黑箱操作，不能让任何人知道策略或者策略太简单容易被复制。多为高频交易。适合理科较好的人，对数学要求非常高。

H.事件驱动策略，在提前挖掘和深入分析可能造成股价异常波动的事件基础上，通过充分把握交易时机获取超额投资回报的交易策略。适合各种大小资金，风险大，收益也大。多为短线操作。

大致是以上几大方向，具体的操作手法和复杂程度还有很多变化，大体思路还是差不多的。交易策略只是表明你想捕捉的行情究竟是哪一种类型，至于最后你是应用在什么周期还是用什么手法增加胜率那就因人而异了。但是总体来说，行情就这么几种类型，总的思路是不变的。

最后你自己的策略只有你自己最清楚，不用奢求别人共鸣，坚持走自己的道路并逐步完善是你的唯一选择。

二、方向的判断

在你下单前，你的第一个问题是，做多还是做空，以及依据是什么。

方向的判断是没有固定的条件的，也没有对错，当行情没有走出来时，你说是跌，我赞同，你说是涨我也赞同，因为行情可以往任何方向走，他没有道理可言。

关键是你自己是怎么判断行情的，你的依据是什么。市场里没有最准确最好的依据，但是一定有最适合你的一种方法去判断行情。找到适合你自己性格的方向判断方法是关键。

三、具体的开仓信号

如果是长线的，那么一般的顺序是，先看大周期再看小周期，例如我是做日线级别的，那么我先看日线，日线出现信号了，我再看小时线去找具体的入场时机。这样以保证你的头寸开进去就能有一段利润积累，有了盈利就能拿得住，有了大幅盈利，你就能心安理得地让利润奔跑，冒更大的风险。日内短线，差不多就是1分钟或者5分钟级别的突破，或者分时线上的突破，做回踩也可以。

一些具体的开仓手法有：

1.假设阻力位，支撑位都有效，则我遇阻力位开空单，遇支撑位开多单。

反之，如果我假设，阻力位或者支撑位并不能够成立会被突破，则我遇阻力位开多单，遇支撑位开空单。

2.破阻力反跌，破支撑反涨。（假突破）

当价格突破阻力位时，并不能牢牢维持在阻力位上方，则我反向开空单。

当价格突破支撑位时，并不能牢牢维持在支撑位下方，则我反向开多单。

3.假设趋势线一直有效，则每当价格碰到趋势线时，我都顺着趋势线的方向开仓（具体参考123法则，2B法则，维克多·斯波朗迪的《专业投机原理》）。

在上升趋势时，每当价格跌回到趋势线上，我开仓做多。

在下跌趋势时，每当价格上涨到趋势线上，我开仓做空。

反之，我假设趋势线会无效，则每当价格碰到趋势线时，我都逆着趋势线的方向开仓（同上相反）。

4.破上升趋势线反涨，破下降趋势线反跌。（假突破）

每当价格突破上升趋势线，则我开仓做多。

每当价格突破下降趋势线，则我开仓做空。

5.我以期在技术面发生突破时又有基本面共振我才开仓。

6.两个技术指标同时共振，或者大周期小周期同时共振开仓。

7.我以期价格是无规律随机的，所以我随意开仓（在平仓上下功夫）。

8.发现两个品种存在同时联动，则我每次都在慢一拍的品种上开仓，或者同时一多一空对冲开仓。

9.发现两个品种间存在保持一定的差价，则我每次都期望价格会回归到合理的差价（套利）。

10.各种形态的开仓，其实也就是突破上轨下轨，或者支撑阻力位。

11.蜡烛图形态，根据走出的蜡烛图形态进行开仓。

12.大数据分析处理，从大量的数据中分析出特定规律。

再多的就是技术指标，或者就是看基本面开仓。因为看似开仓手法很多，但其实万变不离其宗，无非就是顺趋势或者逆趋势。

我感觉最受用的还是阻力支撑和123法则及2B法则，因为这是最贴近价格运行本质规律的。

四、止损

在没有一套完整的交易系统前，大部分人对于止损设置多少点一点头绪都没有。就我看来止损分为以下几种。

看基本面的，看供求关系的，他们的入场依据就是基本面发生了巨大变化，比如发生了猪瘟疫，导致母猪存栏下降，那么相应地，豆粕就会下跌，因为这个农产品是猪的饲料，猪的数量减少，需求也就减少。又或者是某家上市公司重组，例如黑化股份，公司公告被泉州某家物流运输的第一大民企借壳，那么原本公司的亏损和负债都能得到化解，企业重新估值，这当然是重大利好。

看基本的止损一般就是发生了相反事情，例如发生的猪瘟疫又好了，还新开了很多鱼塘，进口又减少，那之前的空仓肯定要平掉。又

例如之前的黑化股份，突然董事会发公告说，这事情重组失败了，那股票必然要暴跌，肯定要马上抛掉之前买进的股票。

如果是技术分析，那就很好办，你是怎么进场的就怎么出场，做突破的，突破5分钟均线你买进，之后又跌回5分钟均线下，那就止损，你是遇支撑做多的，但突然又跌破支撑的，那肯定要平掉，你的入场依据是什么，你就应该依据这个去止损。

但实际操作中，一般还有两个概念要混进去，一个是盘感，一个是亏损百分比。止损也可以是一个固定的百分比，比如你最大亏损是本金的1%，那么亏到1%必走，没任何理由留恋。

一般都是如果技术分析和基本面分析执行止损的亏损额度在你的固定百分比之内，那就按基本面和技术分析的止损位平仓。如果按技术分析和基本面分析的止损位去止损的亏损额度要超过固定百分比，那就按固定百分比去平仓。

假如你有1000元，你的目标是赢500元。现在你亏了300元，你就只有700元的本金，你离1500元的目标要差800元，你即使能翻一倍，你也才1400元。而如果你按固定止损，只亏50元，那么即使你错上4次，你还有800元，翻一倍就能到1600元。

所以哪个止损的亏损额度小就按哪个去止损，这个止损额度要把握好平衡，不能太频繁止损，也不能一次亏太多。

另外有时候看到行情会有突然的预感出现，这一般就是盘感在发挥作用，盘感既有天赋的原因，也有后天积累的作用。大部分情况下都应该听从自己的盘感，灵活和自己的交易系统相结合。

然后频率问题，你是做日内高频还是日内低频，还是一般般10到20个来回这样。或者你是日线级别的来回拿小波段，还是只做隔夜，

还是拿中线几个星期，还是长线几个月，还是超长线拿个几年的。

一般来说，频率越高止损也要越小，频率越低，止损越大。如果我做的是高频，分秒之间就两个来回好了，那止损是很小的，只有1跳到2跳之间（最小跳动点），那是容不得你眨眼的，一个单子进场，一看到变绿，立马平了再进直到是赢的就拿几个点。而如果是长线，那就很大止损了，我的目标是拿完5浪主升，7000点左右，那我止损就可能扩大到1000点，赢一把就都回来了。

这其实要说到另外个概念，盈亏比，你的盈亏比不能太低，如果我亏一次5千块赢一次50块，那你起码要连赢100次才抵你1次赢，你能预测出这么高的胜率的话，直接下重金赢一把就行了不用搞这么麻烦。而如果你赢一次是1万，亏一次才20元，那就无所谓，亏几百次也能承受，赢一次全回来。

所以你必清楚你的交易系统是怎么样的，大概的盈亏比在多少，胜率多少，频率多少，再去配合着止损止盈。

顺带一提，止损止盈其实都是同一回事情，背后的理由都应当是，我所期望的事情并没有发生或者已经被改变。

例如我是做趋势交易的，当我下单后过了一段时间，行情并没有走出顺着我单子方向的趋势，那么我就应该离场走人，不管行情接下来是会继续震荡还是又回过来，我都应该离场观望，即使我当前有盈利或者尚未亏损到固定资金比例我也应该坚决地平仓走人。而当行情走出了一段趋势后，又接连走出了震荡或者反向趋势行情那么我也应当平仓走人，因为我所期望的依据已经改变了。

当事实已经改变，行情没有验证你的想法，就不应该让单子无依无靠地在行情中飘荡。

五、过滤

过滤也就是说对于你初期的一些开仓信号并不是完全地执行，因为你的开仓信号不可能完全都对，你的胜率肯定不是100%，因此对于一些明显假突破的行情，或者逆反趋势的行情，你就可以不去理睬，以保证你的胜率提高。

但是过滤不是越紧凑越好，因为过滤太多会导致你错过行情，而一旦错过行情，你之前的试错成本和止损就全打水漂。因此在过滤和抓住行情之间你要平衡，两方面都不能走极端，在适当的过滤下保证你不会胜率太低，又不会错过行情是最佳的。

六、止盈

止盈最难的，是没有确切的方案，或很具体的方法可以通用。亏损是固定的，是可以掌控的，但是利润是不固定的，是不受你控制的，任何妄图控制利润的结果就是没有利润。

我只能提供两点感悟做参考，

一个是你要盈利的规模有多大，你是要赢月线级别的5浪主升浪，还是赢日线级别的，这就表示你要拿多长的时间和对于回撤的忍耐有多大承受力。如果你是要赢月线级别的，那即使日线出现大级别回撤你也不走。

另一个是你的入场方式是怎么样的，你的入场依据是什么，那么当你的入场依据已经不存在或者逆反了后，也就应该是你止盈的时候了。

另外，止盈也可以做分段止盈，例如在我有了一段盈利后，我先设一个保护性的止盈位，万一价格反转了，我就平掉部分仓位以后保证我当前的盈利，剩下的少量仓位再继续冒风险。或者当行情突破到了关键点位时我也平掉部分仓位，留部分仓位继续冒风险。

优秀的止盈并不是能每次在底部或者顶部平仓，而是能在风险和收益当中左右平衡。

七、加仓与减仓

合理的加仓与减仓的重要性能直接决定你这一次交易的成败。在拉大盈亏比中，除了遵循截断亏损，让利润奔跑外，还有一个就是一旦看对了就要把仓位加上去。

加仓的方法本身并无好坏之分，完全在于你怎么应用法。我们目前所熟知的几种，正金字塔加仓法、倒金字塔加仓法、平行加仓法，以及橄榄型加仓法（两头加仓小，中间加仓大）。

例如趋势交易就较适合橄榄型加仓法，因为第一次开仓的时候总是在趋势还未完全形成的情况下进场的，因此难免胜率较低，频繁止损是不可避免的，而一旦趋势形成了以后，方向就明确了，走势也较单一，因此再加仓的胜率就较高了。而到了趋势末尾，不确定性又增加了。

倒金字塔则适合于巴菲特这类大资金的价值投资者，对于他们来说，股价只要低于公司的内在价值，终有一天价格会填补回来。因此越跌越买，等到一定的时候后，这些股票都会涨回来。但这种方法并不适合在期货当中应用。且一定是长线的手法，并且不适合应用在期货中。

平行加仓法则适合波动较大的行情，例如股指期货，回撤小回撤少的行情比较适合这种手法。因为行情回撤小那几乎就很少有机会再给你加仓，那么第一次开仓大小就能决定大部分利润。平行加仓法即不至于漏掉第一次开仓的利润也不至于错误时亏损得太多。

如果说有什么东西能极大的改善你的交易成果和提升水平，那我相信这应该就是仓位管理这个法宝。在胜率较低的时候少下注甚至不下注，在胜率高的时候多下注，甚至加注。

八、资金管理

在一个成熟的交易系统里，资金管理的重要性完全可以占到整个交易环节的一半。

比较常见的资金管理法则，单个品种的资金不超过20%，所有头寸的总资金不超过50%，剩下的50%留作备用资金。股票当中可以稍微放大点，第一次买入股票组合用50%的仓位，第二次80%，第三次加满。

在胜率有较大优势的时候，可以适当地加资金进场，在胜率变小，或者没有把握的时候则应该小资金进场试探，或者减少已经持有的仓位。有头脑的人都应该知道，亏损了50%和盈利了50%是完全不同的概念，从亏损50%再想回到原本的本金就需要赢100%才能回本，所以资金管理的重要性不言而喻。

例螺纹钢期货，我手里一共只有10万元，那么在螺纹钢这个品种上我投入的资金最多不应该超过20%即2万元。平均一手螺纹钢所需保证金在3000元左右，那么我最多可以建仓6手。

在初期第一次进场时，应该只动用2手去试探行情，如果对了，我再加仓2手，如果错了，那么只亏损2手的资金，并不伤筋动骨。

资金管理即能帮助你进攻，又能帮助你防守，我们应当随着行情的变动，随时调整自己的资金配置。优秀的资金管理有如魔法，想减少亏损，想放大利润，完全看资金管理做得怎么样。

第五章 交易系统评测体系不可能三角

有得必有失，有失必有得，事多无兼得者。

——孔子《论语·阳货》

一、不可能三角理论，寻找平衡点

在经济学中有一个蒙代尔不可能三角理论，也称三元悖论。罗伯特·蒙代尔在研究了20世纪50年代国际经济情况以后，提出了支持固定汇率制度的观点。20世纪60年代，蒙代尔和J.马库斯·弗莱明提出的蒙代尔——弗莱明模型对开放经济下的IS-LM模型进行了分析。

该模型指出，在没有资本流动的情况下，货币政策在固定汇率下在影响与改变一国的收入方面是有效的，在浮动汇率下则更为有效；在资本有限流动情况下，整个调整结构与政策效应与没有资本流动时基本一样；而在资本完全可流动情况下，货币政策在固定汇率时在影响与改变一国的收入方面是完全无能为力的，但在浮动汇率下，则是有效的。由此得出了著名的“蒙代尔三角”理论，即货币政策独立性、资本自由流动与汇率稳定这三个政策目标不可能同时达到。1999年，美国经济学家保罗·克鲁格曼根据上述原理画出了一个三角形，他称其为“永恒的三角形”，清晰地展示了“蒙代尔三角”的内在原理。这三个目标之间不可调和，最多只能实现其中的两个，也就是实

现三角形一边的两个目标就必然远离另外一个顶点。这就是著名的“三元悖论”。

即一国若是固定汇率则必定限制资本的自由流动，而资本的自由流动又必定影响独立的货币政策，三者呈一定程度上的相互替代关系。

（注：此处有不理解之处，请查询百度百科。）

我认为，在交易体系当中也存在一个三元悖论。

这个不可能三角的三头是，**交易频率、交易胜率、交易盈亏比。**



在保持正期望值的前提下，能且最多只能同时调整两个目标，而放弃最后一个目标。

胜率（概率优势）：在交易系统中，胜率的提高能使你每次下单时的赢面都较大，提高胜率能使犯错的次数降低，有效避免被噪音影响。技术分析基本面分析都是能有效提高胜率的方法，还有很多经济行为方面的常识及数据分析也可以帮助提高。

频率（时间成本）：人的寿命是有限的，在越短的时间内赚到越多的钱是大部分人想达到的目标，但明显缩短时间成本的代价是巨大

的，少有人能一夜暴富。平均持仓时间的长短决定了交易周期，持仓时间越长，时间成本越高，持仓时间越短，时间成本越低。

盈亏比（风险与收益）：冒较少的风险而获取较大的收益是最理想的状态，甚至很多人还追求无风险收益。然而市场中风险与收益的比例变动相当稳固，低风险又高收益的机会非常罕见，能抓住的概率也是渺茫。平均亏损金额的大小与平均盈利金额的大小决定了盈亏比，亏损金额越小越好，盈利金额越大越好。

再来看看这三者间是如何相互影响的，

在不考虑其他因素的情况下提高胜率最有效率的办法是什么？最直观的办法就是每次亏损都不平仓，每次盈利都马上平仓兑现。开仓后不管盈利一个点还是二个点都马上平仓，不管亏损多少一律不平仓死扛到盈利，很快就会爆仓的，然后你统计下胜率会是非常高的，这样的做法是最直接也是效率最高的提升胜率的方法。

很明显，在提高胜率的同时，势必会大幅影响到盈亏比及频率这两个目标。因为行情多空胜率是比较接近50%的，那么人为地提高操作胜率无非就两种渠道，一个是通过技术分析基本面分析过滤掉一些行情，即有相当一段时间我是空仓的，而我空仓的这段时期恰好避免了亏损，另外一个就是将所有的盈利都立即兑现，而亏损不兑现。

那么相应地，前者势必要增加时间成本，后者势必会增大风险降低收益。

相反地，如果我以大幅降低时间成本为目标，则我势必要把平均持仓时间降低，而一旦降低了持仓时间，就无法做到截断亏损，让利润奔跑，利润的奔跑是需要时间的推动的，而如果时间上做了限制，就很难把盈亏比拉大。

这也是为什么趋势交易在日内并不好用的原因，因为日内交易的时间是有限的，噪音也较多，日内的波动率和时间牢牢地把最大亏损和盈利比例给限制住了。而如果把时间成本增加到日线级别，那么只要止损做到位，盈利就可能是无限大，盈亏比就可以做到非常高的比例。同时间接地也影响到了胜率，要在频繁的交易次数中保持相当高的胜率是非常难的，因为你时时刻刻都要交易的话就很难规避亏损了。

最后要提高盈亏比的话，就是要做到平均亏损的金额越小越好，而平均盈利的金额越大越好。相应地要把盈亏比大幅提高最直接的办法，就是增加时间成本的同时，一出现亏损就马上平仓，一出现盈利就留着成长。

完全是和提高胜率的那个办法反过来，即减小风险，提高收益，那么相应的胜率也势必会降低。而在胜率较低的情况下，频繁试错再加上盈利增长，时间成本的增加又是无法避免的。

很明显，在通常情况下，**我们几乎不可能既持续保持较高的胜率，又能有很高的盈亏比，同时时间成本又非常小，这样的完美状况是做不到的，是不可能三角。**

我们不能同时提高三个目标，也不能同时降低三个目标，能且最多只能同时提高其中的两个目标，而剩下的一个目标就必须要被动地配合另外两个目标，这剩下的一个目标是不受你控制的。

因此在保证正期望值的前提下，我们只能在这个三角中寻求一个平衡点。这个平衡点要能同时满足三者之间的相互替代，又能产生正期望值。在这个三角中符合条件的平衡点是非常多的，但并不是所有的平衡点都适合使用者的性格，因此我们不仅要找到三角中的平衡点还必须是符合我们自身性格的才真正有用。

注：有三个例外可以脱离这不可能三角的限制。

1.对于体量非常庞大的资金和影响力非凡的个人或机构，这两者可以通过自身雄厚的力量对市场短期的走势造成影响，在加速趋势形成的同时还提高了自己的胜率。这个提高胜率的方式并不会对盈亏比和交易周期造成影响，因为这是类似于操控利用市场的一种行为，从市场的根基上去改变或影响行情。当然大鳄不止一个，大鳄与大鳄之间的博弈同样残忍，由于资金体量的庞大很难及时抽逃，输者的代价是巨大的。并且也仅仅是短期内提高一定胜率，效果所持续的时间也通常较短。

2.黑天鹅事件，特别是政策方面的漏洞及实体经济的严重错误，黑天鹅事件即能对大部分人造成可怕的损害，但反过来，它也是相当确定的大机会，一旦发生就会出现极端行情，这样的行情通常是方向单一回撤小，幅度极大，时间极短，同时符合三角形的三个目标。

3.程序化高频交易，可以同时提升三者的效率且能稳定持续，但相应的程序化的成本、瓶颈、入门门槛都较高。

首先，普通的程序化高频交易并不能同时提高三者，也不能持续盈利，唯有站在顶尖的那一小撮人能够达到，**高频率的交易次数及速度决定了所有的策略及程序都能在短时间内分出胜率**，赢者通吃，输者连汤都没的喝。程序化的竞争大部分上是同其他程序作战，而人工交易者大部分是同自己作战，两者标准不同。

其次，入门门槛非常高，既要懂交易策略和原理，也要懂软件编写。初级的交易策略和编写软件能力都是不顶用的，要做到一定规模能产生长久利润必须要非常专业。成立程序化高频交易团队起码要三个人以上，普通散户是做不到的。

再次，成本高昂，高频程序化交易可以突破三者的限制很大程度上是因为速度上的优势，在程序化相互之间的竞争中，哪怕0.01纳秒的差距，最后所得到的利润就千差万别，**因此速度最快的程序能够抢在所有的人和程序前面开单，而能提前抢到最优的价位这本身就足以产生大量利润了**。而为了追求极致的速度，在硬件成本上的开销及服务器架设上所产生的费用是巨大的，还有测试策略的成本，别说普通人，哪怕是小点的机构也是承受不起的。

最后，程序化的软件和策略是可以迅速叠加的，下一个版本可以站在前一个版本上更优，之间的学习替代成本非常低廉，硬件与策略之间的更新学习速度也非常快。同比培养一个优秀的基金经理而言，其学习成本的优势不言而喻。

综上所述，程序化高频交易是以额外的巨大成本和高深的入门门槛作为代价去追求极限的速度突破，是从物理上超越所有人而达到盈利的，因此不受到这三者之间的限制。

二、交易系统评测体系

由前理论能简单地得出，除了三个例外以外，所有的交易体系都要受到这三者相互制衡的限制，单纯地提高胜率或者其他两个目标并不能保证整体的平衡，也就不具有可持续性和可操作性。我们必须考虑到整体的结构及自身的特点。

在有了自己的交易系统后，我们就可以用这个理论来评测下自己的交易系统性能是怎样的，有哪些地方需要增强哪些地方需要削弱的。整个评分体系为每个因素最高给10分，因素效率越高给分越多，**全部配满最高总分为30分。**

胜率：0分为0%的胜率10分为100%胜率

盈亏比：0分为盈1：亏1比以下10分为盈10：亏1比以上

频率：

10分平均持仓1分钟左右

9分1小时

8分1天

7分1个星期

6分1个月

5分半年

4分1年

3分2年

2分5年

1分8年

0分10年

总分值越接近30分或者0分则越不可能达到平衡，整个交易系统越不可能成立。总分值低于或等于15分则为负期望值，越做越亏，总分值越低负期望值越大，正期望值越小。

（考虑到手续费、通货膨胀、实体行业的爆发、房价的上涨速度等等外在成本因素，理论上超过15分差不多能有正期望值，但实际情况下16分、17分也是亏损的。）

因此在以**正期望值为前提且又满足平衡的情况下**，三个因素的配比中，可能的几个组合类型是：

9：9：2（同时大幅调高两个目标）

10：5：5（只大幅调高一个目标）

10：7：3（大幅调高一个目标小幅调高另一目标）

不可能的几个组合类型是：

10：10：10（全部大幅调高所有目标）

1：1：1（全部大幅调低所有目标）

5：5：5（所产生的收益不足以超过时间成本，为负期望值）

整个评测体系是以不可能三角为基础理论，以正期望值为前提，因此可以看到，越是想要面面俱到照顾所有的因素，就越是不可能成立，而分值过低又会变成负期望值。在满足平衡与正期望值的同时总分就最好保持在20到25分以内，既远离极端又能产生正期望值。

注：对于各个因素的权重分配仍有很大改进空间，特别是时间上的分配，因为在各个级别的时间段内仍然还可以包含许多种做法，这里只是建立起一个初级的框架，具体的分配可自行修改完善。

三、性格与平衡点

建立交易系统时不要忘记，对于自己所擅长的方面就应该多加利用，例如我耐心较好，愿意等，那么我就可以适当增加时间成本，而我执行率较高能忍受亏损，那么就可以把盈亏比这项给大幅提高，我分析判断力不行脑子不好用，那么就把胜率放弃，专注于提升前两样。以此可能出现的分数组合为

频率6分 ： 盈亏比10分 ： 胜率4分，也是能产生正期望值的，且接近于平衡。

我把有些人的交易风格形容成某一种动物，并以此匹配相对应的组合：

1.鸵鸟型：这类人怕及了风险和亏损，但同时对于风险来到的那一刻又不太会合理处置，把头埋入土里是他们最常用的方法。这类人通常胜率不会很低，他们太追求确定性了，但也容易错过机会是个大问题，可能出现的组合是：胜率8分，频率5分，盈亏比6分。我想对于这类型的人来说如何在寻找确定性的同时又不错过机会是关键问题。

2.猎豹型：这类人非常善于进攻，在形势有利于自己时会拼尽全力争取。在遇到属于自己的机会时能果断地把仓位放大且获得大额利润。以此可能出现的组合是盈亏比9分，胜率6分，频率5分。唯一的问题是，如何在形势不利于自己的情况下防止受到伤害以及让亏损额度减少到最小，毕竟大部分人都是倒在黎明前的。

3.乌龟型：耐性好是这类人的最大优势，但同时效率也低得可怜，毕竟我们的一生时间是有限的。可能出现的组合是频率3分，盈亏比10分，胜率7分。可能在频率上如何把握得更适当些是必要的，毕竟小资金如果没有合理的成长是不行的，在机会来临时稍微增加头寸也是必要的。

可能还会有更多的类型，但总体而言无非就是在这三个因素里的比重不同罢了，没有更多的花头。**同时还要注意的一点是，即使有些组合能产生正期望值也能保持平衡，但并不具有现实意义，要想到很多外在的因素，例如可比性、可操作性、性格匹配等等。**

例如：

10：5：5当中，如果胜率为10分的话那显然是不太可能做到的，没有人能持续保持100%胜率。

或者如9：9：2当中，如果频率为2，那么很少有人能把平均持仓时间拿到5年的，可操作性较弱。

注：因为考虑到过度拟合的问题，不一定非要把分数凑到20分以上，如果在19分左右又用得非常顺手，一样能很稳定。

此理论及评分体系由作者本人自创，如有雷同纯属巧合。

第六章 自我认知

“知彼知己，百战不殆；不知彼而知己，一胜一负；不知彼，不知己，每战必殆。”

——孙武《孙子·谋攻篇》

一、自我认知

我们先来看看这三个人，原图有五个人。



从左至右，依次为：

乔治·索罗斯，毕业于伦敦经济学院，哲学学士学位。手法多为等待关键点位出现，一旦看对会用非常大的头寸放空市场。

詹姆斯·西蒙斯，毕业于麻省理工学院数学系，加州大学伯克利分校数学博士学位。公司团队包括数学家、物理学家、统计学家，通过构造复杂的程序模型进行交易，拥有自创的壁虎式投资法。

约翰·保尔森，毕业于哈佛大学商学院，MBA学位，手法多为套利、对冲及依靠自身判断做空市场。

以上三位大佬在交易圈子内都很成功，但他们背景和擅长手段也都各不相同，论计算能力数学天赋索罗斯给西蒙斯做学生都不够，但索罗斯一样能通过哲学指导在市场中赢得可观利润。虽然西蒙斯现在收益非常高，但是在西蒙斯没有找到适合自己的操作手法前，他一直是处于连续破产的情况。保尔森论数学能力论哲学思维都不如前两者，但也能通过自己独特的眼光和判断击败市场。

正如林广袤所讲的，市场里是没有完美的交易方法的，但是有“一招鲜”的，这个一招鲜就是一个适合你自己天赋性格的独特风格和手法。无论你是理科还是文科你都可以通过完善自身的风格创造一套方法在市场中持续获得利润。虽然到最后各方面都要稍微兼顾，但每个人的侧重点肯定是不一样的。

同样一个策略和手法用的人越多，这个策略在市场中的表现效果就越差，反之用的人越少则效果越好。而每个人的性格天赋又都是独一无二的，因此找到最真实的自己就等于找到了用的人最少的交易系统。

但是大部分人都知道，自我认知其实是一件非常难的事情，因为我们的基因和我们的大脑是非常矛盾的关系，也就是价值观和天赋的矛盾。

我们都看到过这样一种新闻，一位年轻人自幼被人领走抚养，亲生父母从未谋面，被养父母抚养多年的年轻人早已把他们当作亲生父母对待，突然有天通过DNA测试找到了亲生父母，这年轻人各种纠结悲喜交加。

从基因上来讲他应该是属于亲生父母的后代，但是从情感、生活习惯、脑海记忆里他属于养父母的后代。

大自然是我们所有人类的亲生父母，我们体内的DNA赋予我们不同的肤色，不同的智商，不同的身高，不同的性别，我们先天的一切因素都取决于体内的基因。就好比我们亲手创造了一个机器人，机器人的一切能力和设备先进程度都是由我们预先设定好的。

但是很不巧，机器人有了自我意识后，并不打算按我给予他的能力去合理运用。也就是我们的意识所想做的事情和体内基因所预先设定要做的事情并不是一样的。这个后天产生的意识就是我们的养父母。

我们的意识虽然建立在基因之上，但又不属于基因控制。个体所有的优势与天赋都存在这个基因所构造的我里，意识的深度思考能力和抽象思维能力让我们远超其他动物，但也让我们难以辨别自身的本来面目。

我们往往愿意把自己幻想成我们意识里所期望的那个我，而不是基因所构造的我。情感上我们否认部分基因所构造的我，或丑陋，或愚笨，或矮小，或缺陷，或胆小，我们的意识时常阻碍我们认清自己。而恰好基因密码又是那么复杂深奥，不通过长时间的观察和思考根本无法发现隐藏在自身内的潜能。更不要谈在我们意识到这个矛盾之前，我们都已经被大脑这个养父母养了20多年，我们的回忆、习惯、情感，大都符合意识所构造的那个我。

除极个别幸运儿在早期就遇到了适合自己天赋的事物，又恰巧环境符合，伯乐指点。大部分人无不是磕磕碰碰，才勉强摸清一点门道。

不仅仅是在交易中，我认为一个人从一出生开始，无论做任何事情都应该要符合自身的天赋特点，就如同巴菲特所说的，如果你知道了能力圈的边界所在，你将比那些能力圈虽然比你大五倍却不知道边界所在的人更富有得多。

寻找自己的能力圈所在是第一要务，我认为要找到自己的能力圈，就要先认清三个我。

二、三个“我”的归一

世界上的最终极三大哲学问题其中之一就是，我是谁？

我认为这个“我”有三个——

第一个“我”是大自然里的我，即基因所构造的我，对于大自然来讲，我们差不多就是猩猩的亲戚。

第二个“我”是意识所构造的我，这个我是虚无的我，只存在于自己的脑海里（来自内部的干扰）。

第三个“我”是别人眼里的我，即镜子所反射出的我（来自外部的干扰）。

第二个意识的“我”和第三个别人眼中的“我”都会妨碍我们认清大自然里的我，即基因所构造的这个我，我们目前尚无法完全改变自己的基因，因此我们能做的只有改变意识的那个“我”和别人眼中

的“我”。从而最终达到三个我的归一，也就是古代庄子所提出的天人合一的状态。

在中国古老的东方哲学中，老子曾探究过关于摆脱环境及欲望对内心干扰的思路。老子曰：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎，令人心发狂。”而想要避免出现这样的状况则最好“见素抱朴，少私寡欲”，没有了欲望的干扰事物的本质才更容易察觉，以及他所提出过致虚极，守静笃的古训，虚和静都是形容人的心境是空明宁静状态，但由于外界的干扰、诱惑，人的私欲开始活动。因此心灵蔽塞不安，所以必须注意“致虚”和“守静”，以期恢复心灵的清明。

基因所构造的这个“我”是不属于你的意识的，是属于宇宙属于大自然的。而我们的意识感受受到世俗物质所限制和影响，所以中国古代哲学中有“无我”一说，意识的这个“我”是虚无的存在，它经常受到外界物质的影响而背离自然界那个客观的“我”，因此想要找到自己的能力圈所在，认清基因所构造的我，就要先把世俗物质所带来的一切感受都淡化。让意识回归到服务基因构造的这个我上面来。

不追求奢侈，不追求虚荣，不求名不求利，不大喜不大悲，永远保持一颗平常心，自我修行自我开悟，不被情绪掌控，而做情绪的主人。

而第三个“我”则是最世俗的我，是彻彻底底世俗物质的化身。如果我不和其他人接触，不与外界互动，这个“我”就不会产生。而如果我和外界互动了，在外界留下了痕迹，外界就会对我有所回应，这个别人眼里的“我”就会反身性地影响到意识的那个我。

但是这个别人眼里的“我”是不受我自己控制的，别人如果内心有积怨，即使你表现得再好，他也会对你有所偏见，别人如果内心充满仁慈，即使你作恶多端，他也会看到你好的一面。我们不能阻止心

爱的人铁了心的转身离去，也不能轻易改变别人对我们的种种偏见，对于倒向你的墙和他人的嘲笑我们只能选择逃避或者忍受。我们所能做的就是尽可能忽略这个别人眼中我，从而减少对自身反身性的影响。

巴菲特每年都会拍卖和自己共进午餐的机会，一位叫盖伊·施皮尔的基金经理曾写了本书叫《与巴菲特共进午餐时，我顿悟到的5个真理》，书中所指出的5个真理为：

一、坚持自己的原则

二、远离疯狂人群与噪音

三、永葆童真与好奇心

四、培养并维系有价值的人际关系

五、忠实于自己

施皮尔认为他从巴菲特那里获得最为宝贵的建议就是遵从“内在评分卡”去生活。巴菲特曾在《滚雪球》中说：“我有个内在评分卡：如果我做了某些其他人不喜欢，但我感觉良好的事，我会很高兴，而不管别人怎么指手画脚。如果其他人称赞我所做过的事，但我自己却不满意，我同样不会高兴。”巴菲特还曾以提问的方式启发施皮尔：“你愿意变得在这个世界上最受别人认可，但自己觉得自己最糟糕；还是宁愿内心认可自己，即使别人并不看重你？”

无论是生活还是投资，我们都应当遵循自己的天赋和价值观。在交易里你必须面对最真实的自己，相对于个体，市场是完整的、全知的，任何的缺陷都会在市场中暴露显现，你或许可以通过伪装蒙骗周

围的人甚至自己的内心，但最终会在市场这面“镜子”面前赤裸坦荡，显尽丑陋百态。

我们只需要静静地做一名旁观者，客观地看待行情，如同镜子反射我们自己一般客观。很多人都说过那句话，我知道很多道理，读了很多书，却仍然过不好这一生。无非就是太在意别人的眼光，不肯面对最真实的自己。如果不能摆脱别人的看法、别人的意见，我们就不能独立自主地做出判断，也无法认知自己究竟是怎样的人，我们不需要别人来帮我们分析行情，也不需要别人告诉我们有什么内幕消息，我们只需要遵循自己的准则就能在市场中站住脚。

当你认清了哪些是来自内部的干扰，哪些是来自外部的干扰，剩下的就只有赤裸裸的那个基因所构造的我，你也能真正看清楚我究竟天赋在哪里，优势在哪里。然后运用自己的意识和个人影响力为你的天赋所服务。

这样状态下的人生境界就是孔子所说的：七十而随心所欲不逾矩。此即外圆内方，和而不同是也。

三、知觉偏差

所谓眼见为实，人类认知外界最直观明了的方法就是用眼睛观察，但在很多情况下，我们的身体所感受到的外界情况和外界真实的客观状况是有很大差别的。

在交易行业中经常会有许多想当然的认识来误导我们，这些误导会使我们看不清楚交易的真实面目。我们必须抛弃主观的妄想，客观地认识市场和自己，再求得市场的验证。

1．市场能准确反映公司或者商品的价值吗

不，市场不一定能准确地反映公司的价值或者商品的价值，但一定能准确反映参与者的情绪。因为大众的思想不会有协同效应，但情绪却有协同效应。

在每天的波动中，市场不看内在价值，在出现危机时，市场更不看内在价值。一般的交易者投资者根本不懂价值，所以由他们所组成的市场自然也不懂价值。

正如本·格雷厄姆所说，市场长期是称重机，短期是投票机。每天报价的市场先生不是基本面分析师，市场是衡量投资者情绪的温度计。你就不能太把市场当回事。对于基本面到底发生了什么，市场参与者知之甚少，他们买入和卖出的背后哪有什么理智，不过是被情绪控制而已。

胜者只有站在顶尖的那一小部分人，剩下的都要被淘汰。找对方法和努力只能使你不落后于别人，因为别人也能努力和找对方法，真正能使你超越别人的是你的天赋和运气。

2. 交易中有捷径吗

很多新人初入交易就想要寻找捷径，总认为市场中有秘密存在，别人赢钱都是有秘诀的，我们先来看看市场是什么。

市场其本身是所有参与这个游戏人数的总和，这些参与者的集体知识有多少，集体智慧有多少，市场就知道多少，就有多少智慧。市场并没有什么特别的智慧，也并不比大部分人聪明，我们也并不可能比市场聪明多少，因为我们就是市场本身。

市场是所有其他投资者的总和，显然市场不是无所不知的，当你参与进去后，市场知道的总和就也包括了你。虽然我们有可能在短期内通过小道消息或者分析判断提前领先了一步，但仍然会亏钱，因为

市场的见识就是一般人的见识，但是它的情绪却经常比一般人还厉害，你走的比一般人慢或者快就都是要亏损的，我们不能不听市场的话。

市场愚蠢时，你也要跟着愚蠢，市场聪明时你也要跟着聪明。

你想得再多再聪明也不可能超过市场的总和，即使短时期内超越了，你仍然要跟随市场的情绪，哪怕它是错误的。胳膊终究拗不过大腿。

如果说有捷径，那就是你该亏损的时候就老老实实地亏上一笔，该盈利的时候放大胆地赢，这就是捷径了。不回避亏损，不怯于暴利。

3. 高智商高学历是必要条件吗

不，并不是，高智商、高学历和丰富的经验只是让你能更快地加入这场游戏和获得更多的筹码。

通过上面的几条表述已经很明确了，智商高于普通人并不能使你击败市场，也许能比市场的普通投资者做出更准的判断，但那并不能改变大众对于市场的判断，市场仍然按照自己的路径走，哪怕它是错的，在交易中过高的智商只能是多余的。

高学历也许能让你比普通人知道得更多，但同样地，你也不能增加其他交易者的知识，你仍然只能跟着市场走，并且市场经常反映的是情绪而不是知识。

4. 一定要有师傅带才能成功吗

不，不一定，但合格的师傅能使你少走弯路少犯常见的错误是肯定的。

在我初尝交易亏损的苦果时我也经常希望有名师指导，但我们必须明白伟大的交易者如同伟大的企业家一样不可培养，也不可复制。师傅只能领进门，最后要成为什么样风格的交易者，能坚持到什么地步还是由你自己决定。

如果说有优秀的老师，那就是市场本身以及你自己。总结市场带给你的教训，反省自己犯下的错误。

5. 我用别人的交易系统可以吗

不，不可以。不依靠自己的判断入市下注，就不能知道自己的问题出在哪里，也无法体会到交易前后的冲动与犹豫。

没有经历过自主决策，自承后果的心理路程，是不会持续进步和坚决执行的。交易系统可以替代，但是情感的体验、思维的进步是无法取代的。

任何一个成功的交易者都是依靠自己亲手建立起的交易体系在市场中赢得利润的，只有自己探索才会吃一亏长一智，从而逐步完善自己。

6. 一定要资金量大才能有收获吗

未必要大资金量，最重要的是找一套适合自己的方法。资金量小还是资金量大是能关系到最后的收益大小，但是和你的水平是否提升并无关系。

一万块钱和十万块钱在市场操作并没有太大区别，除非资金大到能影响市场，否则都要受到市场运行规律的作用。该亏多少赢多少比例还是一样的，所以在没有一套经过市场检验的系统之前就应该小资金操作，慢慢探索。

四、自我提示及训练（防御内心的干扰）

我们不仅要避免金钱上的伤害，更需要避免心灵上的伤害。金钱失去了还可以再找回来，心理崩溃了，可能再也找不回来。

我试图总结一些我认为较有用的自我提示及训练方法，也整理出一份清单来，好时刻检查提醒自己不要忘记做到这些。如查理·芒格所言：“聪明的飞行员即使才华再过人，经验再丰富，也决不会不使用检查清单。”

必须要注意的是，通过这些自我提示和训练并不能让你习得你先天所没有的天赋，它只能强化你已经拥有的那些天赋，也不能保证天天做到这些就永远不会出错。哪些天赋可以参考网上，有篇名为《你们几乎已经没有机会成为一个伟大的投资者》，这篇文章很好地阐述了所需要哪些天赋，作者马克·塞勒尔把大部分成功者身上所拥有的天赋都列举总结了出来。

下面是我自己总结的一些心得。

1. 只要是通过自己经过验证的交易系统发出的信号，就应该对它保持信心。即使是有漏洞，如果你不绝对地执行，你也不知道漏洞出在哪里。

2. 该休息的时候就应该好好休息，这并不是消极对待交易，总想随时随地证明自己观点的人常常什么都证明不了。市场在出现行情前总需要酝酿一番，耐心等待是唯一的选择。

3. 一旦你下了单，你就进入了市场涨跌的轮回中。不从头到尾走完一整个轮回，你就不能拿到自己应得的那一份，不管你是何时进入市场，是赢还是亏，只有坚持做下去才能看到你应得的那一份。

4.不要因为短暂的亏损而懊恼至极，也不要因为短暂的利润而欣喜，大部分时候，迅速出现的趋势很容易夭折，而来回折腾后再出现的趋势相当牢固。如果因为短期波动而造成内心期望出现，则很容易影响执行力。

5.对于长线交易者来说，只在最关键的时刻才盯在盘面前，否则没有必要天天都看着行情波动，战略上重视它，战术上藐视他。太过于操心每天的波动，会使得神经太敏感，最终导致让恐慌情绪占据了主导。

6.不要因为你赚了一笔钱而庆祝，而是应该为你做了正确的事情而庆祝。只要你今天是通过自己的判断和执行交易系统的信号而赚到了钱，你就应该为自己庆祝，花点钱奖励自己，这会使自己进入良性循环。相反地，如果你因为看到行情波动而忍不住违反了自己的原则和交易系统，即使赢了再多的钱，你也要惩罚自己。违反了自己的交易原则就等于抹杀了你在市场里的立足之地，只要你还在市场里交易，终有一天你会受到市场的惩罚，不能有始有终，才是你最应该懊恼的。

7.不要妄想着把在市场里赢多少钱定个具体的数目或者目标，因为行情怎么走是市场的事情和你个人的意愿没有任何关系。你究竟是想在市场里赢一辆车的钱还是一件衣服的钱还是仅仅要点零花钱，那都是你的一厢情愿，市场不是取款机，市场是战场，能赢钱还是亏钱完全取决于市场本身，不抛弃自己的妄想只会让你成为新鲜的韭菜。

8.在纸上写下你来市场的目的，你为什么来市场？你仅仅是想要钱还是真正喜欢交易？是准备一辈子都要做交易还是只是玩玩试试水罢了？然后把它贴在你最醒目的位置，每次你开始控制不住自己的时候，就看一眼，然后自己回答自己一遍。如果不清楚自己究竟是来市场干什么的，你同样地也不知道自己应该怎么做。

9.认错并不是一件很没有面子的事情，正相反，能正确认识自己的错误才是最难能可贵的品质。如果你真的错了，就应当立刻、马上停止，而不是还抱着侥幸心理祈求情况反转。

10.功夫在行外，在K线图里是总结不出更具有价值的信息的。人类的生活行为是一切的本质，离开电脑前，去体验生活，感悟自然的变化和规律。

11.经常反思自己，我的耐心和我的欲望是否足够匹配？我是否只有5分钟的耐心，却想赢得日线级别的利润？我是否真的准备好了足够的耐心去坚守我所追求的行情？

12.坚持体育锻炼。每天都坚持科学的体育锻炼，一方面强壮的身体是做出正确判断的保障，另外一方面，体育锻炼能很大程度上提升一个人的毅力，通过强大的自制力去规避懒惰和身体上的痛苦。

13.不断反省，我今天是否又因为一点小便宜而上当了？是否又为了追求一点蝇头小利而放弃整个全局？市场里的陷阱非常多，往往喜欢贪小便宜的人死得最快。为什么骗子永远存在？就是因为要收这些人的智商税、贪婪税。

14.爱因斯坦曾说过：宇宙中唯有两件事物是无限的，那就是宇宙的大小与人的愚蠢。而对于前者，我还不能肯定。人可以是不理性的，可以是愚蠢的、毫无逻辑的，可以是自杀性质的，这是无法完全统计，也是无法完全分析清楚的，不要想当然地去猜测一些事情，数据和逻辑不能等同于人性。

15.只有永远躺在泥坑里的人，才不会再掉进坑里。——黑格尔。我对于这句话的理解应用到交易上是，一旦你开始骄傲无比，狂妄自负，你离爆仓也就不远了，我们必须永远保持一颗卑谦之心，对市场

俯首帖耳，恭恭敬敬，把自己放低放平。一旦你企图超越市场，你就为自己的堕落搭好了楼梯。

五、规避陷阱和独立思考（防御外界的干扰）

从正常的角度来说，人类是社会性动物，我们必须要群居，团结的力量会非常大，但是在交易中，盲目地跟随社会团体只会让你落得跟普通韭菜一样被收割的下场，因为市场更多体现的是情绪而不是知识结构。

和上一节一样，我试图总结在交易中所应该要注意和保持的一些事项，以防止外界的干扰和一些常见的陷阱。

1.必要的时候，我们要和全世界为敌。时刻牢记，真理永远是只掌握在少数人手中的，专家也好，博士也好，成功者也好，政治家也好，他们都只是普通的人，社会给予他们的光环并不意味着这些人就能掌握自然规律的真理。如果你真的通过自己的判断做出了决定，且市场也验证了你，请一定坚定自己的信念，哪怕没有任何人赞同你，你的师父，你崇拜的偶像，你的亲朋好友都极力否决你。一定要清楚，听从大多数人的意见只会让你成为一个普通人。

2.作为手工交易者来说，这是一场孤独者的游戏。你必须独自一个人走完这条路，远离喧嚣的人群，远离恐惧疯狂的人群。哪怕是意志力再坚定的人，多少也会受到大环境的感染，尽可能地避免和太多人交流，或者沉浸在强烈的情感环境。一个安静的环境是独立思考的必要前提。

3.大部分人的分析都是先有了主观的多空看法，然后再去寻找相关的信息去求证，很少有人完全完全客观地看待数据和事物。所以无论你的消息，你所看的分析报告是从哪里来的，最好保留他们的意

见。不要有主观的观点，企图超越在市场前面做出决定是最大的错误，在市场没证明你是对的之前，永远都不要太确定你的观点。

4.太多太多的书籍都只是一家之言，很多人仅仅几年的时间就以为找到了完美无缺的方法，事实上这些方法根本经不起时间的考验，也并不一定适合读者本身的性格。看书永远只是借鉴，不要妄想能从书中找到黄金屋，自己总结和归纳整理才是最重要的。

5.如果一定要有朋友，这位朋友一定也必须是独立思考的人，他不会给你什么具体建议，他会认真和你交流一些优秀的理念，启发和引导你。宁愿交一个特别优秀的朋友，也不要交100个普通人，这是作为交易者所必须有的觉悟。

6.子弹能消灭敌人，而媒体的长枪短炮能让敌人转为混乱。大部分的投资者根本无法分辨媒体所说的真假，大部分的媒体从业人员也根本不懂什么是交易，很多时候混乱的源头就是在媒体这里。当券商的首席分析师开始在财经频道夸夸其谈的时候，最好把电视机关掉。然后安静看看数据看看行情，远比媒体上的内容要真实重要得多。

7.世有伯乐，然后有千里马。千里马常有之，而伯乐不常有。在你没遇到伯乐前，你唯一能相信的人只有你自己。大部分人都不能发现你的优势和特点，你只能先做自己的伯乐，无论别人怎么打击你，怎么不看好你，你必须自己看清楚自己的优势然后坚持去做。那些泼冷水的朋友早晚会后悔不已。

8.清楚地知道自己能做什么，和不能做什么。如果你有短处，你应该尽量去避免它，而不是去补足短处，你有相同的时间就应该去尽量发挥你的长处。就像西蒙斯早期总是喜欢用基本面分析去交易一样，总是输得倾家荡产直到他开始程序化交易。巴菲特即使再聪明能力强，他也绝对绝对不会碰他看不懂的股票。块头大的人就不要和别人拼敏捷，块头小的人就不要和人拼力气。

9.反过来想，总是和大众反过来思考。如果大部分人都强烈地一致看多，那么上涨行情就差不多到头了，如果大部分人还认为行情已经到头了，那么行情很可能还会继续持续下去。因为极端的情绪或者犹豫不定的情绪很容易瞬间被扭转，一点风吹草动就能吓得他们半死。

10.不要沉浸在分析和判断上，分析和判断行情仅仅是交易中的一部分，其所占的比重可能连20%都不到。谦虚地跟在市场身后才是能保证你一直胜利的方式。大部分人都以为分析和判断是交易的全部，挖空心思地在研究如何提高准确率，他们只是活在一维空间里。

11.时刻牢记，风险是可控的，利润是不可控的。把整天想着如何能一夜挣到一千万的精力换成去思考如何避免亏损更多要来得有意义得多。当你能合理地控制住亏损的这一头，利润总是会超乎你想象地到来。而总是企图控制利润的人最后都是伴随着亏损而死去。

12.永远记住，经纪商的第一要务是赚手续费。无论哪个平台向你吹嘘他们的品种多么丰富，行情多么好做，永远别相信。有权威的国家背景，有大量的交易者参与其中，有大量的成交量，是你挑选交易平台和品种的唯一标准。

13.不要妄想自己能顶着巨大的压力还能持续地做出客观正确的判断。自己的另一半不同意的，家里父母反对的，借了巨款来操作的，背着巨大的债来还债的，这些来自外界的巨大压力会极大地影响你的判断力。你只有两种选择，离开那些反对你的人，还清你的债和钱。或者离开交易，不要待在市场里，否则等待你的是无底深渊。

14.再大的资金量也不可能完全地操纵市场。即使你是政府，你也不能和整个市场的意志抗衡，2015年中国股市的这轮下跌已经很好地证明了这点。不要觉得跟着大资金就很安全，也不要以为自己资金量

大就很厉害。市场最喜欢做的事情就是乐此不疲、兴致盎然、来来回回地摧毁那些自以为是强大的家伙。

第七章 坍缩

质量大于8～10太阳质量的大质量恒星演化到晚期时，其中心区域产能不足或能量被中微子大量带走，致使辐射压不足以抵御恒星自身引力的作用，从而发生引力坍缩。一般来说，恒星的引力坍缩的结果是形成一颗致密星，如白矮星、中子星、黑洞。

在我交易的这几个年头里，几乎没有见到过哪个人可以完全免于金钱快速增减所受到的影响。

通常来说，宝贝都是蜷缩在肮脏的角落里毫不起眼的。能轻而易举得到又随意烂大街的一般都是石头，稍稍踮起脚尖拿到的大多是陷阱，又或者完全就是上了锁。

相比起那些总爱大力炫耀自己的交易水平及短期内获得的利润，或是总爱预测分析行情对逻辑痴迷深信不疑的人来说，某些真正长期在这场游戏里胜出的玩家们真是低调得可怕。

喜欢安静，与其让他们在嘈杂的环境中待着，他们宁愿钻地下。

不喜欢随大流，人云亦云只会变成普通人，通常来说，陈述与沉默是他们的交流方式。

喜欢独处，美好时光并不是与人在一起的时刻，而是在只剩一个人的时候。人越多却越发感到孤独。

偶尔也异想天开，创意非凡，但很快就回归理性，像不能再着颜色的油漆一般牢固。

喜欢自己独立思考解决问题，而不是依靠其他人来解答，最后发现，没有什么东西比独立思考更宝贵。

相比起放纵自己的欲望更愿意将其控制在牢笼里，是真正自我的主人。

这是天生的潜质，他们现在引以为豪的，你不会想知道曾经带来多少问题。例如人们把这样的标签贴在他们背后——“难以相处”“沉闷”“刻板”“固执”“独来独往”“冷血”“严肃”“疯狂”。难以和群体和谐的融入是最大的问题，哪怕是在万人观赏的讲台上，他们也只是在和自己演说。

但是对于一颗生来就必定演化成白矮星的致密恒星来说，他不需要再燃烧以产生任何激情，也不用再牵挂任何事物，更不在意任何人对他的看法。如果时机恰当，他会进一步战胜中子结构的抵抗，向内部无限坍缩。

他们就好似在漆黑宇宙中的黑洞一般深藏，同时也是被选中的“幸运儿”，去用尽所有的时间与孤独相伴，吸收所有的一切只为刹那的爆发。

致谢

感谢我公司的同事及朋友，如果没有遇见你们，不敢想象我此刻还在做什么。

感谢我的父母，一直以来对我的容忍和关心。交易事业离不开身边亲人的谅解。

感谢网友搜虎对文章细节提出的修改及添加，没有你的帮助本书会逊色不少。

感谢知乎上所有关注过，评论过，支持帮助过我的人。我或许记不清楚你们所有人的名字，但这本书必须是和你们紧密相连的，没有你们与我的互动和提问，我的大部分理念和原理都无法成型。你们的一举一动一直都是我写作的最大动力。

感谢丁圣元老师翻译的所有书籍，虽然未曾谋面过，但没有您翻译的经典书籍，我可能还处于交易的迷茫阶段。

本文大部分内容来自作者本人在知乎网上发表的回答，因仓促整理，难免有很多前后重复或者矛盾的语句，再加上第一次出书总有种种不妥当。切盼每一位读者都能对此书提出你们宝贵的建议和意见，我的知乎网址是https://www.zhihu.com/people/kandy_kaidi，用户名赛博格Cyborg。